2012年度　定期健康診断のお知らせ

就業スタッフの皆様への定期健康診断のお知らせです。

◆受診対象者：勤務日数および契約時間が一定数を満たしており、下記実施期間中に雇用契約があり、社会保険に加入されている方

- **勤務日数･･･2011年9月1日～2012年2月29日の間に所定労働日数の3/4**(90日)**以上勤務があった方**
- **契約時間･･･1週間の所定労働時間が通常労働者の3/4**(週30時間)**以上の雇用契約があった方**(社会保険加入者)

※受診日に雇用契約がない方は対象外となります。

◆受診期間：2012年5月1日～2012年8月31日　※期間を過ぎての受診は一切できませんので、ご注意ください。

対象者には4月下旬に圧着ハガキ形式の受診票を発送致します。必ず中をご確認頂き、受診期間内に希望の医療機関へ直接予約し受診してください。
当社ホームページで詳細をご説明しておりますので、必ずご確認下さい。尚、土曜日・平日午前は予約が集中しますので、早めにご予約をお願い致します。

◆受診票についてのお問合せ◆
4月30日をすぎても受診票が届かない場合は下記までご連絡ください。
テンプスタッフ・ピープル 社会保険チーム　健診診断担当
0120-351-060 平日/9:00～18:00
syaho@temppeople.co.jp

◆健康診断に関するお問合せ◆
健診メニューやオプション検査に関してのお問合せは下記までお願いします。
はけんけんぽ
03-5319-5866 平日/9:00～17:00

福利厚生のご案内

お問合せ　営業企画室　0120-106-102

利用日	2012年6月15日(金)～1泊
利用料金	宿泊料金：1室20,000円(和モダン)+食事代(人数分) ※必ず2食(朝食･夕食)付きでお申し込みください。
応募方法	HPの応募フォームよりお申込ください。 「応募・申込み内容」には「エクシブ有馬宿泊希望」とご記入下さい。 ※上記内容の未記入の方は応募無効となりますのでご注意下さい。
応募期間	4/16(月)～5/14(月)16：00迄
注意事項	・申込人数はスタッフ1名を含む5名までのグループで1泊のみの利用です。 ・日程変更はできません。あらかじめご予定をご確認ください。
当選結果	ご当選の方には5/末までに当社よりご連絡します。

キャンペーン情報

有機野菜･無添加食材の宅配　らでぃっしゅぼーや　モニターキャンペーン実施中！

テンプグループ登録スタッフ限定

4,980円で8週間、有機･低農薬野菜セット「ぱれっと」を毎週お届けします。(通常12,600円)
●キャンペーン期間：2012年5月31日まで
●入会金：5,250円 ⇒ 無料　●初年度年会費：年間1,050円 ⇒ 無料

※上記の特典は専用ページ(インターネット)からお申込の場合にのみ有効です。詳細はHPをご覧ください。
※モニター期間(8週間)以降は商品代金がかかります。ご連絡がない場合自動的に継続となりますので、継続を希望されない場合は8週目お届け日の翌営業日までにご連絡(0120-817-999)ください。
※配送料無料は専用車エリアに限ります。ヤマト便エリアの方は、別途配送料をいただきます。
※本モニター特典のご利用は一回限りです。ご家族名義での再入会も対象外となります。

チケット購入

珠響～たまゆら～
8/29(水)　15:00/19:00 開演
場所：愛知県芸術劇場大ホール
応募期間：4/16(月)～5/14(月)
特別価格：¥8,500(S席)→¥7,800
※詳細はHPをご覧ください。

ミロシュ　デビュー!
クラシックギター界のニュー･ヒーロー登場
実力・経歴・美貌3拍子揃ったアーティスト
7/10(火)　18:45 開演
場所：三井住友海上しらかわホール
応募期間：4/16(月)～5/14(月)
特別価格：¥5,000→¥4,500
※詳細はHPをご覧ください。

詳細はHPでチェック!　www.temppeople.co.jp　➡　登録スタッフページ　➡　福利厚生

次号プレゼント企画のお知らせ(予定)
エクシブ京都の宿泊権利を1名様

あっちゃんの簡単レシピ

春は冬の間にカラダに貯まった老廃物を排出する季節なのを知ってますか?ダイコンに含まれる「ジオスターゼ」は有害物質の排出作用があるんですよ。是非このサラダを作って食べて体の中をスッキリさせましょう。

～春だいこんのサラダ～

材料 /2 人前

大根・・・10cm	塩・・・小さじ 1/2
キュウリ・・・1 本	ゴマ油・・・小さじ2
ネギ・・・5cm	ラー油・・・少々
	レモン汁・・・1/4 個分

【作り方】

①大根とキュウリはマッチ棒大の千切りにして、塩をいれてもんでしばらく置いておく。

②ネギは縦に切り込みを入れ、端から細かく切ってみじん切りにする

③②のネギを耐熱の器にいれて、上から煙が出るくらい熱したゴマ油を注ぐ　※ジュっと音がします

④①の大根とキュウリから出た水をキッチンペーパーなどで吸い取る

⑤③のネギとラー油、レモン汁を④に入れ混ぜ合わせて出来上がりです。

あっちゃんのつぶやき

ゴマ油を煙が出るくらい熱して「ジュ」っとかけるのは冷奴にもあいます♪その場合は豆腐の上にネギをあらかじめのせておいた上からかければOKです。お好みで醤油か塩で食べてくださいね。

本当に怖い情報保護 ～ GPS 機能について～

皆さん、GPS 機能は御存知ですか？

GPS 機能とは全地球測位システムといい、宇宙をまわっている衛星を使って“地球上のどこに居るか”を把握出来る機能です。今はカーナビの他、新機種のスマートフォン・携帯電話にも搭載されており、現在地を調べたり、目的地までのルート検索ができるようになっているので、身近な機能になってきていると思います。

ただこの機能を使ってスマートフォン・携帯電話、デジカメで撮影した写真に「どこで撮影した写真か」まで記録される事があるって知っていましたか？もともと写真には「EXIF（エグジフ）」という“写真のプロフィールデータ（カメラの機種名、画素数、撮影日時等）”があるのですが、設定によっては、そこに位置情報も書き込まれてしまうのです。第３者がその位置情報を見ることも可能です。

mixi やブログ、facebook などに載せた写真に、位置情報が含まれていたら、どこで撮影したのか？自宅はどこなのか？が割り出されてしまう事になり、思わぬ犯罪に巻き込まれる可能性もあります。自分の持つ機器の機能・設定を不安に思う方は、取扱説明書などで再確認してみましょう。

GPS 機能に注意しないと、大変なことになりますよ・・・・

バイオメディカル豊橋オフィスオープン

2012 年４月２日(月)にバイオメディカル豊橋オフィスがオープン！

分析・検査測定・実験・開発のお仕事を専門に担当します。今までより、更に地域密着となることとなり各エリアのお仕事や職場環境の情報をより皆さまに分かりやすく提供します。

研究開発分野でのお仕事をお探しの方、お仕事相談をされたい方、専任のコーディネータがカウンセリングさせて頂きますので是非お気軽にお越しください。

OPEN記念　ご来社の方にプレゼント！

４月中にバイオメディカル豊橋オフィスへ来社された方にもれなく素敵なプレゼントを差し上げます！お友達とお誘い合わせの上お越しください。

豊橋市大橋通 1-68 静銀ニッセイ豊橋ビル 5F

TEL:0120-182-102

ひとことコラム

新年度がスタートしました。新しい環境で新年度をスタートした方々が多いこの時期、慣れない環境の中での生活はストレスが溜まりがち。ストレスを溜めないために、気分転換に体を動かしたり、食事に気を配ることが大切です。気分転換にオススメなのが、公園や森林内を歩き、自然と触れ合い適度にからだを動かすこと。目にやさしい緑が気持ちを落ちつかせ、フィトンチッド（森林に入った時に感じる独特のにおい）や１／ｆゆらぎ（自然界の音色）で精神を安定させ、リラックス効果が期待できます。

またストレスに強い心と体を作るには、「セロトニン」という神経伝達物質を増やすことが重要だといわれています。このセロトニンを十分得るには、原料となる「トリプトファン」を多く含む大豆や乳製品、胡桃などの種実類とバナナ、赤みの魚などを摂ることです。

日ごろの健康管理として「ストレスケア」はとても肝心。自分なりの「ストレスケア」を見つけて実行するようにしたいですね。